

Higiene y seguridad

Juego 2

Aprendo cantando



Número de sesiones: 5



Objetivo general:

- ✓ Transmitir y promover hábitos saludables de higiene a través de una serie de canciones que aprenderán en clase.



Materiales:

- ✓ 5 tarjetones con canciones.
- ✓ Hojas blancas.
- ✓ Colores para iluminar.
- ✓ Pliego de 2 metros de papel que sirva para dibujar sobre él.
- ✓ Gises de colores (puede ser cualquier tipo de pintura, de dedos, acuarela, entre otros).

Higiene y seguridad



Juego 2

Higiene y seguridad

Sesión 1

Canción: La ducha de agua fresca

Objetivo particular:

- ✓ Promover el baño constante como un hábito básico para mantener la buena salud.



Materiales:

- ✓ Tarjetón con canción que alude al lavado de la cabeza.



Instrucciones

Para preparar con anterioridad:

- ✓ Ensaya la canción: La ducha de agua fresca (entonación y letra) que se incluye en el kit didáctico para que después la cantes con las niñas y los niños en la clase.

Para desarrollar con niñas y niños:

1. Comenta con el grupo que el día de hoy hablarán sobre la higiene y cómo mantenerse limpios y saludables.
2. Pregunta: ¿a quién le gusta bañarse? ¿Por qué? ¿Es importante estar limpias y limpios? ¿Por qué? ¿Saben cuál es la forma correcta de bañarse?
3. Permite la participación activa del grupo. A continuación pide que formen un círculo en medio del salón.
4. Pide que pongan sus manos en la cabeza y pide que se toquen el pelo. Pide que sientan que textura tiene, que recuerden u observen cuál es su color y cuándo fue la última vez que lo lavaron.

5. Después, comenta que van a aprender una canción sobre una parte del cuerpo y pregunta si alguien se imagina cuál parte será.
6. Explica la importancia de lavarse el pelo, si se puede, más de 3 veces a la semana y posterior a esto, menciona que hay una canción sorpresa.
7. Di que cantarás y que deberán seguirte.
8. Comienza la canción con las palmas.
9. Cuando finalices la canción, pregunta si quieren volver a cantarla. Repite las veces que sean necesarias, la intención es aprendérsela.

Comprobación del aprendizaje

Pregunta al grupo:

- ☒ ¿Cuántas veces en la semana lavamos nuestra cabeza?
- ☒ ¿Qué se necesita para lavar la cabeza?
- ☒ ¿Después de lavarse el pelo, qué se hace?

Higiene y seguridad

Sesión 2

Voy a cepillarme los dientes

Objetivos particulares:

- ✓ Conocer la forma indicada de lavarse los dientes, a través de una canción.
- ✓ Promover el lavado diario de dientes 3 veces al día.



Materiales:

- ✓ Tarjetón para hacer canción que alude al lavado de los dientes.
- ✓ Hojas blancas.
- ✓ Colores para iluminar.



Instrucciones

Para preparar con anterioridad:

- ✓ Prepara hojas y lápices de colores suficientes para todo el grupo.

Para desarrollar con niñas y niños:

1. Entrega a todo el grupo una hoja en blanco y da lápices de colores.
2. Comenta que ahora deberán dibujar unos dientes, que el dibujo será libre, como cada quien se lo imagine. Pide que utilicen toda su creatividad. También puedes utilizar otros materiales como recortes, hojas de colores, diamantina, gises, acuarelas, entre otros.
3. Mientras dibujan, comenta que el día de hoy continuarán hablando sobre la higiene personal. Pregunta si recuerdan la canción para lavarse el pelo, y cántala con ellos una o dos veces.
4. Después de que terminen el dibujo, menciona que hoy aprenderán una canción relacionada con el dibujo que hicieron. Pregunta: ¿se imaginan de qué parte del cuerpo hablará la canción? Permite la libre participación y aclara que la canción hablará sobre la limpieza de los dientes.

- 
5. Pregunta: ¿por qué es importante lavarse los dientes?
 6. Comenta que después de comer, restos de comida se quedan atrapados entre los dientes, y con el tiempo estos hacen que nuestros dientes se pongan débiles y hasta les pueden salir caries. Explica al grupo qué son las caries ayudándote de la información del manual.
 7. Pregunta: ¿cuántas veces creen ustedes que debemos lavarnos los dientes al día?
 8. Menciona que debemos lavar los dientes después de cada comida, no importa cuántas comidas hagamos al día lo importante es lavarlos después de cada una de ellas.
 9. Pregunta: ¿saben cómo lavarse los dientes?
 10. Explica la forma correcta de lavarse los dientes usando la información del manual .
 11. Explica que hoy van a componer una canción para lavarse los dientes.
 12. Guía al grupo para crear una canción para lavarse los dientes. Utiliza los elementos que antes mencionaste como las veces que hay que lavar los dientes, o la manera correcta de hacerlo.
- 

13. Pide un aplauso grupal por tan buena creación.
14. Guarda la canción y utilízala al momento de que niñas y niños se laven los dientes.

Comprobación del aprendizaje

Pregunta al grupo:

- ✓ ¿Por qué es importante lavarse los dientes?
- ✓ ¿Cuál es la forma de cepillarnos los dientes según la canción que inventamos?
- ✓ ¿Cuántos días a la semana hay que lavarse los dientes?
- ✓ ¿Qué pasa si no se lavan los dientes?
- ✓ ¿Le recordarías a tus compañeras y compañeros o incluso a tu familia lavarse los dientes? Se te ocurre cómo hacerlo.

Higiene y seguridad

Sesión 3

Manitas muy limpias

Objetivo particular:

- ✓ Promover el hábito de mantener las manos limpias, a través de una canción.

Materiales:



- ✓ Tarjetón con canción que alude a lavarse las manos.



Instrucciones

Para preparar con anterioridad:

- ✓ Ensaya la canción (entonación y letra) que aparece en el tarjetón incluido en tu kit didáctico, la puedes escuchar previamente en https://www.youtube.com/watch?time_continue=52&v=T4o9j-dNZjU, para aprenderte la letra y ritmo. Puedes ponerla en el salón de clase o bien hacerlo sin equipo de sonido.
- ✓ Antes de iniciar la actividad con la canción, a primera hora de la jornada escolar, dile a las niñas y los niños que el día de hoy tienen la tarea de observar sus manos, antes y después de tomar objetos o cosas; antes y después de ir al baño; y antes y después de comer. Enfatiza en la importancia de observar cómo se ensucian.

Para desarrollar con niñas y niños:

1. Ya en el salón de clases y al iniciar la sesión pregunta, ¿recordaron la tarea que pusimos hoy en la mañana de observar sus manos?
2. Pide que miren sus manos y mencionen si están sucias o limpias. Lléalos a un momento de reflexión acerca de lo que han hecho durante la mañana y las veces que han ido a lavarse las manos.

3. Pregunta: ¿por qué es importante lavarse las manos? ¿Cada cuándo hay que lavarse las manos? ¿Con qué se lavan las manos? ¿Qué puedo hacer si no tengo agua y jabón? Apóyate en el manual para responder y explicar al grupo.

4. Comenta que van a cantar en este día, la canción: El jaboncito.

5. Empieza la canción y pide que te sigan con las palmas.

6. Cuando finalice la canción, pregunta si quieren volver a cantarla.

7. Repite las veces necesarias para transmitir el mensaje. Puedes usarla cada vez que se laven las manos en el centro educativo.

8. Como alternativa a la canción, también puedes utilizar la siguiente:

- ✓ Lava tus manos canción para niños de Silvita Blanco: <https://www.youtube.com/watch?V=xoguk7qkla0>

Comprobación del aprendizaje

Pregunta al grupo:

- ✓ ¿Es importante lavarse las manos todos los días? ¿Por qué?
- ✓ ¿En qué momentos debemos lavarnos las manos?
- ✓ ¿Además de necesitar agua para lavar las manos, qué más se necesita?
- ✓ ¿Cómo queda el jaboncito si lo olvidan en el agua?
- ✓ ¿Qué van a hacer cada vez que vean que sus manitas están sucias?
- ✓ Si ves que una compañera, un compañero o un familiar tienen sus manos sucias, ¿qué podrías decirle?

Higiene y seguridad

Sesión 4

Lavo todo mi cuerpo

Objetivo particular:

- ✓ Promover el baño continuo, a través de una canción y la creación de su coreografía.

Materiales:

- ✓ Tarjetón con canción que alude a tomar el baño todos los días.



Instrucciones

Para preparar con anterioridad:

- ✓ Ensaya la canción: A tomar el baño todos los días (entonación y letra) que aparece en el tarjetón incluido en el kit didáctico. Intenta preparar una coreografía corta y fácil para esta canción, la idea es que las niñas y los niños puedan seguirte cuando estén cantándola.

Para desarrollar con niñas y niños:

1. Pide al grupo que forme un círculo y pregunta si recuerdan las canciones que han entonado en las sesiones pasadas de higiene, la cabeza, los dientes y las manos. Canta con ellas y ellos la que más les haya gustado como recordatorio e introducción a la sesión.
2. A continuación comenta que esta vez cantarán una canción pero para todo el cuerpo y menciona que mostrarás unos pasos para que todas y todos la bailen juntos.
3. Da inicio a los pasos mientras vas entonando la canción, haz que todo el grupo esté participando alegremente.

- 4.** Después comenta que lo harán una vez más. Repite las veces necesarias. Permite que las niñas y los niños se desenvuelvan en los pasos que enseñaste la primera vez y generen nuevos pasos.

Comprobación del aprendizaje

Pregunta al grupo:

- ✓ ¿Cada cuánto debemos bañarnos?
- ✓ ¿Qué pasa cuando corremos, jugamos y hacemos esas actividades diarias y al siguiente día no nos bañamos? ¿Cómo creen que se siente nuestro cuerpo? ¿Y el olor? Comenten.
- ✓ ¿Quién puede tocar nuestro cuerpo? ¿Qué debo hacer en caso de que no quiera que alguien toque mi cuerpo?
- ✓ Guía este proceso, a manera de hacerles entender que nadie puede tocar nuestro cuerpo, sobretodo has énfasis en los órganos sexuales. Esta reflexión será un modo de prevención de abuso sexual.

Higiene y seguridad

Sesión 5

A ordenar cada cosa en su lugar

Objetivo particular:

- ✓ Promover el hábito de mantener el salón limpio, los materiales o juguetes en su lugar y los objetos ordenados, a través de una canción.



Materiales:

- ✓ Tarjetón con canción que alude a mantener limpio el salón.
- ✓ Pliego de 2 metros de papel que sirva para dibujar sobre él.
- ✓ Gises de colores (puede ser cualquier tipo de pintura, de dedos, acuarela, entre otros).



Instrucciones

Para preparar con anterioridad:

- ✓ Ensaya la canción: A ordenar cada cosa en su lugar (entonación y letra) que aparece en el tarjetón incluido en el kit didáctico.
- ✓ Prepara el material indicado para la sesión.
Cuando sea el día de realizar esta sesión, deberás tener el salón más limpio que de costumbre al iniciar la jornada escolar. Al iniciar la primera clase, dile a las niñas y los niños que observen el salón y el suelo y pregunta: ¿cómo se ve el salón? El ejercicio es que en algunas ocasiones durante la jornada, estés haciendo consciente al grupo de la limpieza o el estado en el que se encuentra el aula.

Para desarrollar con niñas y niños:

1. Pide al grupo que se organice en un círculo.
2. Comenta, ¿cómo ven el salón ahora?
3. Pide que levanten la mano quienes hayan puesto la basura en su lugar, es decir, en el bote de la basura que está ubicado en el salón y pide que todas y todos les den un aplauso.

4. Ahora pide que observen con atención lo limpio y ordenado del salón y pregunta cuál sería la mejor estrategia para mantenerlo así. Brinda unos momentos para la reflexión y guía al grupo para diseñar una estrategia útil y práctica que puedan realizar todos los días. Si ya cuentan con alguna, pide que propongan nuevas estrategias o mejoren la que ya tienen. El objetivo es que juntos realicen un acuerdo para mantener el orden y la limpieza.
5. A continuación ya con la estrategia definida coloca el papel en el suelo y los gises a su lado. Pide que entre todas y todos dibujen la estrategia que crearon para que su salón se mantenga limpio y ordenado. Este lo podrás colocar a manera de mural para recordar el orden y la limpieza en el aula, así como el acuerdo que han hecho.
6. Ahora comenta que vas iniciar la canción: A ordenar cada cosa en su lugar y que deberán seguirte con las palmas y con la letra.
7. Vuelve a cantar la canción si las niñas y los niños la piden de nuevo.

Comprobación del aprendizaje

Pregunta al grupo:

- ✓ ¿Por qué es importante mantener el salón limpio?
- ✓ ¿Es fácil o difícil poner las cosas en su lugar?
¿Por qué?
- ✓ ¿Es fácil darse cuenta si está sucio o limpio el salón?
- ✓ ¿Alguien me recuerda qué vamos a hacer para mantener limpio el salón? ¿Qué pasará si esto no sucede?